**Филиал МКОУ Сарсинская СОШ- Татарско-Еманзельгинский детский сад**

**День: 26.05.2023 5детей**

**Меню**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **раздел** | **№****рецеп** | **Блюдо** | **Выход гр** | **Цена** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **Калорийность** |
| Завтрак | Гор.блюдо | 229 | Каша молочная дружба с маслом | 200/5 | 13,22 | 5 | 7 | 28 | 191 |
|  | Гор.напит. | 462 | Какао с молоком | 200 | 10,42 | 3,3 | 2,9 | 13,8 | 94 |
|  | бутерброд | 73 | Бутерброд с джемом | 45 | 7,46 | 1,6 | 3,8 | 23,4 | 134 |
| Завтрак 2 | фрукты | 82 | апельсин | 100 | 14,3 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| обед | закуска | 10/2 | Огурцы порционные | 60 | 10,8 | 0,45 | 0,05 | 1,9 | 1,9 |
|  | 1блюдо | 40/2 | Суп с рыбными фрикадельками | 200 | 7,71 | 6 | 2,7 | 11 | 99 |
|  | 2блюдо | 43/3 | Макаронные изделия отварные | 150 | 6,37 | 3,3 | 3,8 | 34,1 | 185 |
|  | Гарнир  | 12/8 | Гуляш из отварн.мяса говядины | 90 | 51,41 | 13,2 | 14,1 | 3,3 | 230 |
|  | Соус  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Сладкое | 504 | Киселек | 200 | 10,5 | 0 | 0 | 24 |  |
|  | Хлеб бел. | 573 | Хлеб пшеничный | 25 | 1,46 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 59 |
|  | Хлеб черн. | 574 | Хлеб ржаной | 30 | 1,68 | 2,4 | 0,5 | 12 | 62 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник  | Гор.блюдо | 273 | Омлет с морковью | 95 | 22,93 | 7,3 | 10,8 | 2,9 | 138 |
|  | Гор.напит | 470 | Кефир  | 200 | 19,2 | 5,8 | 5 | 8 | 101 |
|  | Хлеб бел. | 573 | Хлеб пшеничный | 25 | 1,46 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 59 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |